中央ヒーターで調理をする

温める

お願い 中央ヒーターは赤熱し、トッププレートの表面が高温となります。使用中および使用後はトッププレートの温度が高くなっていますので、やけどに注意してください。また、絶対に可燃物を載せないでください。



準備 材料を入れた鍋を中央ヒーターの中央に置く
前面操作パネルを開く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、
電源ランプを点灯させる

2 切/スタート を押し、
ランプを点灯させる

3 ◀|▶ を押し、
希望の火力で通電する

▼

調理する

4 調理が終わったら
切/スタート を押し、**通電を切る**

5 続けて使わないときは
電源 切/入 を押し、**電源を切る**

お知らせ

超耐熱ガラスや小さい鍋が使えます。

調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、火力を調節しましょう。

●調理中に火力を調節するには

◀|▶ を押す。



『▮▮▮』(火力「**3**」)	1.2kW	消費電力(約)
『▮▮ 』(火力「**2**」)	600W相当	
『▮ 』(火力「**1**」)	300W相当	

タイマーを使うときは ➔P.31

お知らせ

●中央ヒーターは、火力のコントロールや温度調節機能が働くため、ヒーターが赤くなったり消えたりすることがありますが故障ではありません。(火力「**3**」の場合でも温度調節機能が働き、ヒーターが赤くなったり消えたりします。)
●中央ヒーターの中に見える斜めのすじは、温度調節機能のセンサーです。

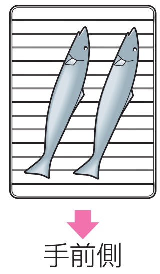
●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで中央ヒーターの高温注意表示や前面操作パネルの「**高温注意**」表示をします。



グリルで調理をする

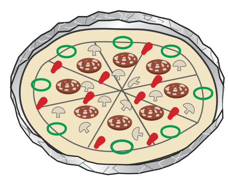
グリル調理のポイント

魚焼き調理のこつ

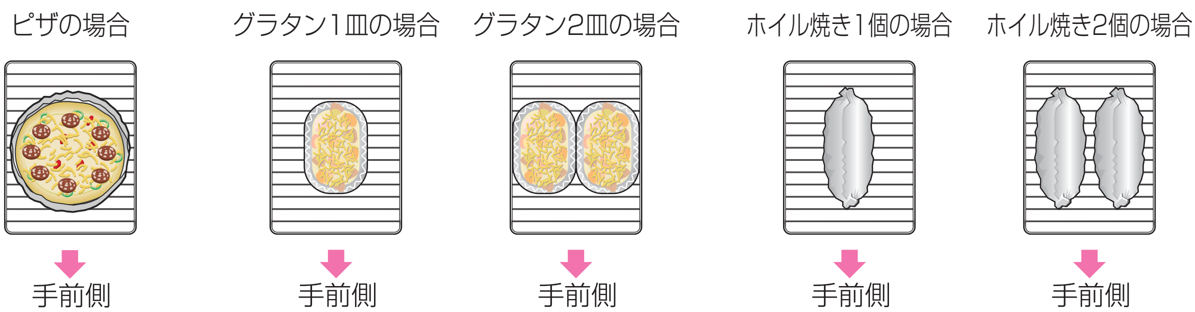


●魚を調理する場合は、尾などの薄い部分が焦げやすいので、焼網の手前側に尾を向けてください。
●魚を少量（1尾～2尾）焼く場合は、ヒーター形状により置く位置で焼き色がつきにくい場合がありますので魚を斜めに置いてください。
●焼網にサラダ油などを塗っておくと調理物が焼網に付着しにくく、取り出しやすくなります。
●焦げ目のつき具合は魚の種類や大きさ、脂ののり具合、魚の温度、塩のふりかげんによって違います。（塩のふる量が多いと焦げ目が強くなります。）お好みにより「焼きかげん」キーで調節してください。
●生魚（さんまやあじなど）は、焼き色がつきにくいので、調理する約10～20分前に塩をふっておきます。
●冷凍してある魚は、よく解凍してから焼いてください。魚の内部が冷たいため、中まで火が通りにくく焼き不足になったり、温度センサーが正しく働かず焼き過ぎたりします。
●厚みのある魚は、そのまま焼くと中まで火が通りにくく、焼き不足になりますので皮に切れ目を入れてください。
●焼網よりも大きな魚を調理する場合は、半分に切ってください。
●複数の食品を焼くときは種類、大きさ、厚さをそろえてください。小さいものや火の通りやすいものは、焼き過ぎになります。
●塩さんま（生）は、保存（冷蔵）期間が2日以上の場合、切身・ひものメニューで焼いてください。（皮が乾燥しているので丸焼きメニューで焼くと皮が裂けたり焦げやすくなります。）
●つけ焼きのたれは、よく落としてください。たれやみそが多くついていると焦げやすくなります。お好みにより「焼きかげん」キーで調節してください。

グルメ調理のこつ



●冷凍食品を調理するときは、解凍せずに冷凍のまま調理してください。
●冷凍ピザや冷蔵ピザを調理するときは、包装を外してからアルミホイルをピザのまわりにそって折り曲げてください。
●冷凍グラタンを調理するときは、包装を外してからアルミケース皿のまま入れてください。（電子レンジ用のプラスチック容器の冷凍グラタンは、焼くことができません。）
●調理するときの置き方は、下図のようにしてください。
●焼き豚などの中まで火をとおすメニューは、食材の厚さを4cm以下にしてください。

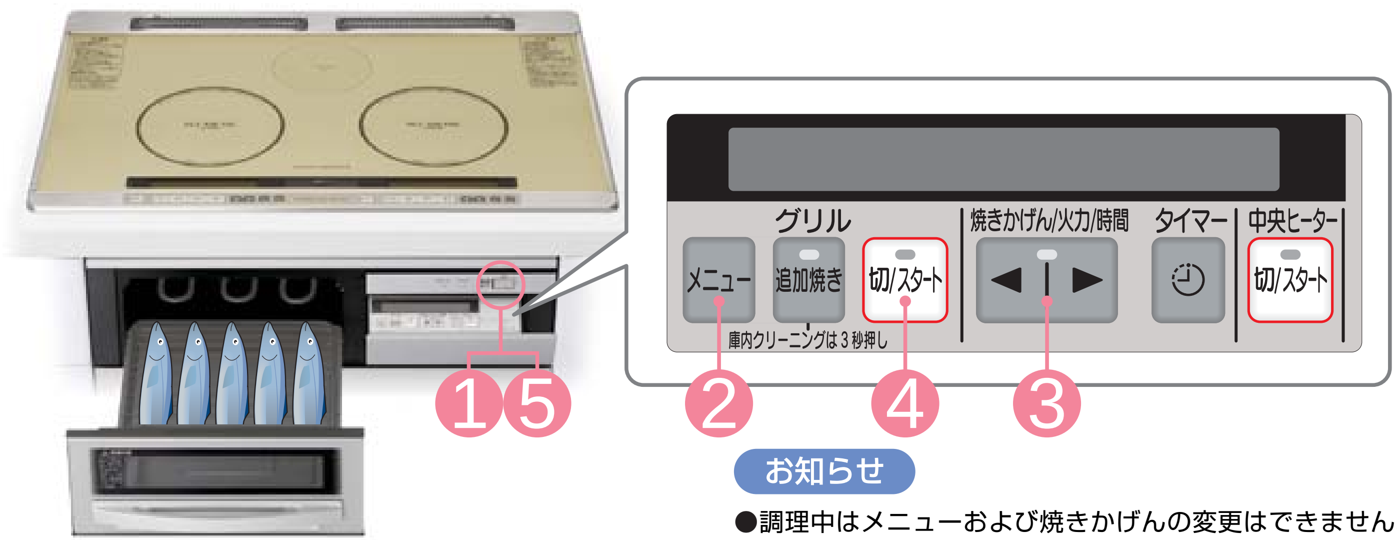


お知らせ

●通電してしばらくの間、前回の調理でヒーターについた脂が加熱されにおいや煙が出ることがあります。
●調理中、材料の脂などが下ヒーターや受皿に落ちると、においや煙が出ることがあります。
●調理中はヒーターがついたり消えたりしますが、温度調節しているためで故障ではありません。
●調理直後にグリルドアを引き出すと、煙が前面から出ます。特に脂分の多い魚などを焼いたあとは、30秒程度待ってから引き出してください。
●ヒーターのクリーニングを途中で終了したときは、ヒーターについた脂が残るため、次回調理をするとき、最初ににおいや煙が出ることがあります。
●グリル調理はメニューに応じて上・下ヒーターを自動的に切り替えます。メニューによっては上・下ヒーターの通電を細かく切り替えるため、ヒーターが赤くならない場合があります。
●手動調理は上・下ヒーターの通電を細かく切り替えて両面を焼き上げるため、自動調理で調理するときよりも仕上がりに時間がかかる場合があります。

グリルで調理をする（つづき）

グリルで自動調理をする



お知らせ

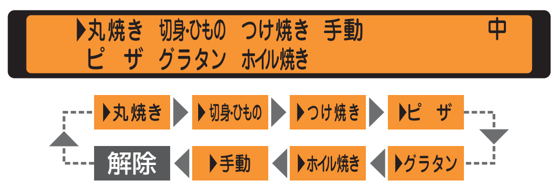
- 調理中はメニューおよび焼きかげんの変更はできません。
- 調理物を入れたままにしておくとクリーニングや余熱で焦げ過ぎることがあります。

準備 材料を焼網の上に載せ、グリルドアを確実に閉める。前面操作パネルを開く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

2 メニュー を押し、**希望のメニュー**の位置に**「▶」マークを点灯させる**

メニュー選択



3 ◀|▶ を押し、**食材に適した焼きかげんを設定する**

焼きかげん設定



4 切/スタート を押し、**通電する**

メロディーが鳴ったら終了です。

食材を取り出します

- タイマー表示部が「 」と表示され、途中から調理の残時間を表示します。



- 調理が終了すると約5分間、自動的にヒーターのクリーニング（ 表示）を行い、追加焼き のランプが点滅します。（ヒーターを加熱して付着した脂分を焼き切ります。）
  焼きが足りないときは、追加焼きで様子をみながら、さらに焼いてください。➔P.30
- ヒーターのクリーニングを途中で終了したい場合は、切/スタート を押してください。

5 続けて使わないときは
電源 切/入 を押し、**電源を切る**

- 庫内の温度が約80℃以下になるまで**「高温注意」**表示をします。



自動調理の目安

調理物に合わせてメニューと焼きかげんを選んでください。

※[　]は1尾（切れ）あたりの重さです。（　）は調理時間の目安です。目安を基準にして、大きさや数によって焼きかげんを選んでください。

魚焼き自動調理の目安

メニュー	つけ焼き			切身・ひもの			丸焼き		
焼きかげん	弱	中	強	弱	中	強	弱	中	強
		ぶりのつけ焼き（しょうゆ漬け）[約100g] 5切れ（約12～13分）		はたはた [約25g] 5尾（約14～18分）	さんまの一夜干し [約110g] 2枚（約16～18分）		塩さんま（塩蔵品）[約180g] 1～5尾（1尾:約16～18分）（5尾:約23～25分）	さんまの塩焼き [約180g] 1～5尾（1尾:約16～18分）（5尾:約23～25分）	
			さわらの西京漬け（みそ漬け、かす漬け）[約100g] 5切れ（約13～15分）	めざし [約25～30g] 5尾（約12～15分）	塩鮭 [約80g] 5切れ（約14～15分）		はたはた（生）[約30g] 5尾（約15～20分）	あじの塩焼き [約130g～180g] 1～5尾（1尾:約16～18分）（5尾:約23～25分）	
		焼きとり（たれ焼き）[1本 約50g] 8本（約13～16分）		ししゃも [約20g] 5尾（約13～15分）	さばの切身 [約80～100g] 5切れ（約16～20分）			いさき [約230g] 2尾（約20～25分）	
			焼きとり（塩焼き）[1本 約50g] 8本（約15～18分）		あじの開き [約100g] 2枚（約14～15分）			鯛の塩焼き [200～400g] 1尾（約15～18分）	鯛の塩焼き [約400g以上] 1尾（約18～22分）

※自動調理の焼きあげ強さは、「つけ焼き」＜「切身・ひもの」＜「丸焼き」の順に強くなっています。

※[　]は1枚（皿・本）あたりの重さです。（　）は調理時間の目安です。目安を基準にして、大きさや数によって焼きかげんを選んでください。

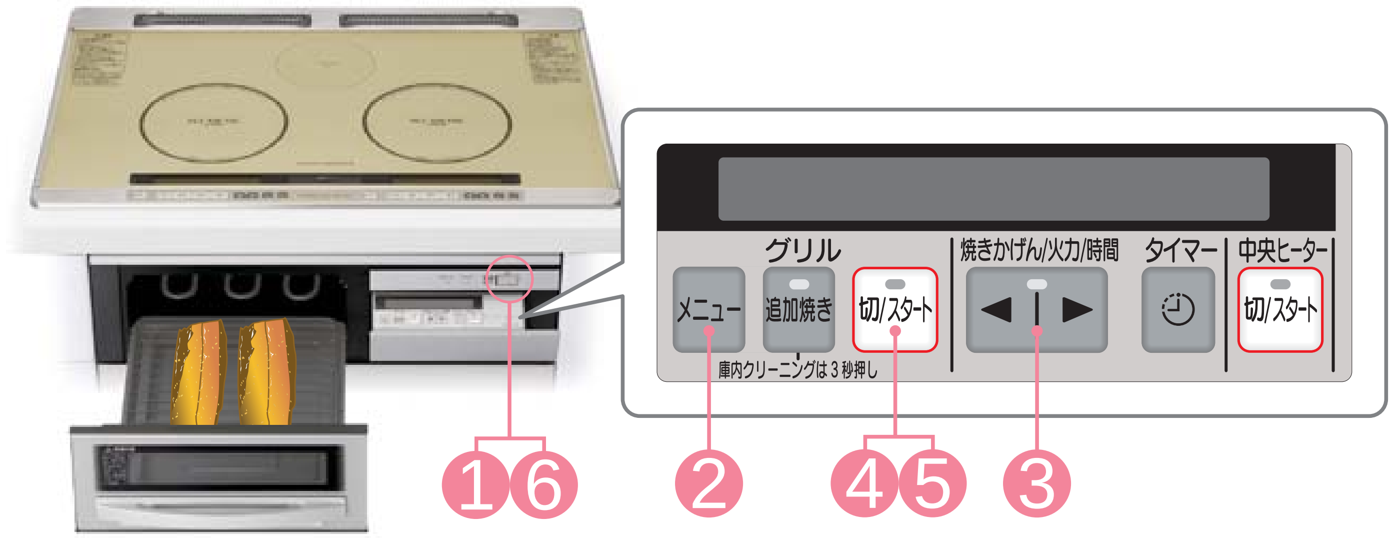
グルメ自動調理の目安

メニュー	ピザ			グラタン			ホイル焼き		
焼きかげん	弱	中	強	弱	中	強	弱	中	強
		冷凍ピザ [1枚 直径約26cm 約300g] 1枚（約15～18分）			冷凍グラタン [1皿 約240g] 2皿（約24～27分）			鶏手羽先のつけ焼き [1本 約60g] 6～8本（約20～23分）	鶏のハーブ焼き [1枚 約250g] 1～2枚（約21～23分）
		冷蔵ピザ [1枚 直径約26cm 約300g] 1枚（約14～17分）						ピリ辛ウィング [1本 約60g] 6～8本（約21～23分）	
		手作りピザ [1枚 直径約26cm 約300g] 1枚（約15～18分）						鮭のホイル焼き [1個 約150g] 1～2個（約21～23分）	焼き豚 [1本 約150g] 1本（直径3～4cm）（約21～23分）
								ローストビーフ [1本 約300g] 1本（約16～20分）	

※自動調理の焼きあげ強さは、「ピザ」＜「グラタン」＜「ホイル焼き」の順に強くなっています。

グリルで調理をする（つづき）

グリルで手動調理をする



準備 材料を焼網の上に載せ、グリルドアを確実に閉める。前面操作パネルを開く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、
電源ランプを点灯させる

2 メニュー を押し、**「手動」**の位置に
「▶」マークを点灯させる

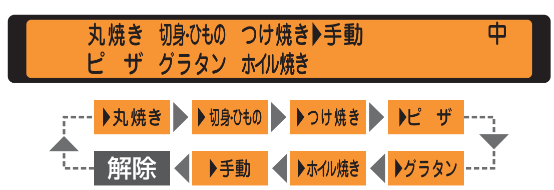
3 ◀|▶ を押し、
食材に適した焼きかげんを設定する

4 切/スタート を押し、**通電する**

5 調理が終わったら
切/スタート を押し、**通電を切る**

6 続けて使わないときは
電源 切/入 を押し、**電源を切る**

メニュー選択



焼きかげん設定



調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、調理時間を調節しましょう。

タイマーを使うときは ➔P.31

●調理が終了すると約5分間、自動的にヒーターのクリーニング（CL 表示）を行います。
●ヒーターのクリーニングを途中で終了したい場合は、切/スタート を押してください。

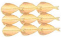
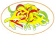
●庫内の温度が約80℃以下になるまで**「高温注意」**表示をします。



手動調理の目安

調理物に合わせてメニューと焼きかげんを選んでください。

※[　]は1枚（尾・本）あたりの重さです。（　）は調理時間の目安です。目安を基準にして、大きさや数によって焼きかげんを選んでください。

メニュー	手動（自動で焼けないもの）		
焼き かげん	弱	中	強
魚焼き手動調理の目安		 小あじのみりん干し [1枚 約20～40g] 小6枚 （約5～10分）	 さんまのみりん干し [約80～160g] 中2枚 （約6～10分）  うるめいわし丸干し [1尾 約10～15g] 5～10尾 （約5～10分）  いかのつけ焼き [1ぱい 約250g] 2はい （約10～16分）
グルメ手動調理の目安	 焼きいも [1本 約200g] 3～4本 （直径3cm以下のもの） （約25～30分）	 焼きなす [1個 約60g] 4個 （約20～25分）  焼きピーマン（パプリカ） [1個 約150～180g] 2個 （約12～18分）  さつま揚げ [1枚 約80g] 1～3枚 （約6～10分）  厚揚げ [1枚 約160g] 1～2枚 （約8～14分）	

⚠注意

- グリル使用時は必ず換気扇を使用してください。（調理中、吸・排気カバーから煙が出ます。）
- グリルドアの開閉は、グリルドアのとっての中央を持って行ってください。

※それ以外ではグリルドアの開閉ができない場合があります。

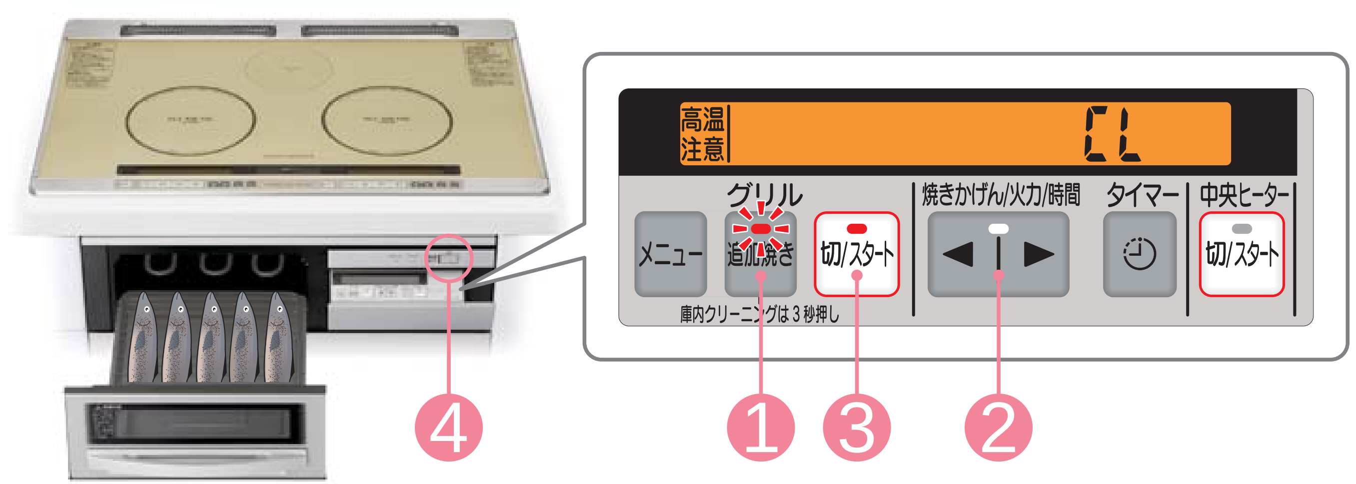
- 受皿に水を入れないでください。（受皿に水を入れると庫内の温度が上がらず自動調理がうまくできないことがあります。）
- 焼網に材料を載せるときは、焼網からはみ出さないようにしてください。（材料がヒーターにつくと発火する恐れがあります。）
- 連続してご使用になる場合は、毎回焼網と受皿の汚れをきれいにし、グリル庫内の温度を下げてから調理してください。グリル庫内の温度が高いまま調理すると、センサーが正しく働かず早めに調理が終了したり、調理時間が長くなったりします。（高温のためやけどに注意する。）
- 自動調理の途中でグリルドアを開けないでください。上手に調理できません。
- 長時間グリルを使用すると、グリルドアのとっての下側が熱くなるのでご注意ください。
- 調理中、グリルドアがくもったり、周りに露がついたりすることがあります。周りについた露はふきんでふき取ってください。
- グリルドアはゆっくり開閉してください。

※調理物が焼網から落ちる場合があります。

- ガラス容器や陶器容器は、焼網からすべり落ちたり焼網の傷つきの原因となるため使用しないでください。
- ドア周辺から煙や水蒸気が漏れる場合があります。
- 調理中、吸・排気カバーの上に鍋などを置いて吸・排気口をふさぐと、グリルドアから煙が漏れたり、グリルドアの周囲や下側に露がついたりします。

グリルで調理をする（つづき）

追加焼きをする



お知らせ 自動調理終了後、ヒーターのクリーニング中にセットします。

1 追加焼き を押し、

ランプを点灯させる

2 ◀|▶ を押し、

時間を設定する

3 切/スタート **を押し、通電する**

メロディーが鳴ったら終了です。

食材を取り出します

4 続けて使わないときは

電源 切/入 を押し、**電源を切る**

追加焼き時間設定



●タイマー時間は3分から始まります。29分まで設定できます。

●調理が終了すると約5分間、自動的にヒーターのクリーニング（CL 表示）を行い、追加焼き のランプが点滅します。
●さらに焼きが足りないときはもう一度追加焼きを行ってください。
●ヒーターのクリーニングを途中で終了したい場合は、切/スタート を押してください。

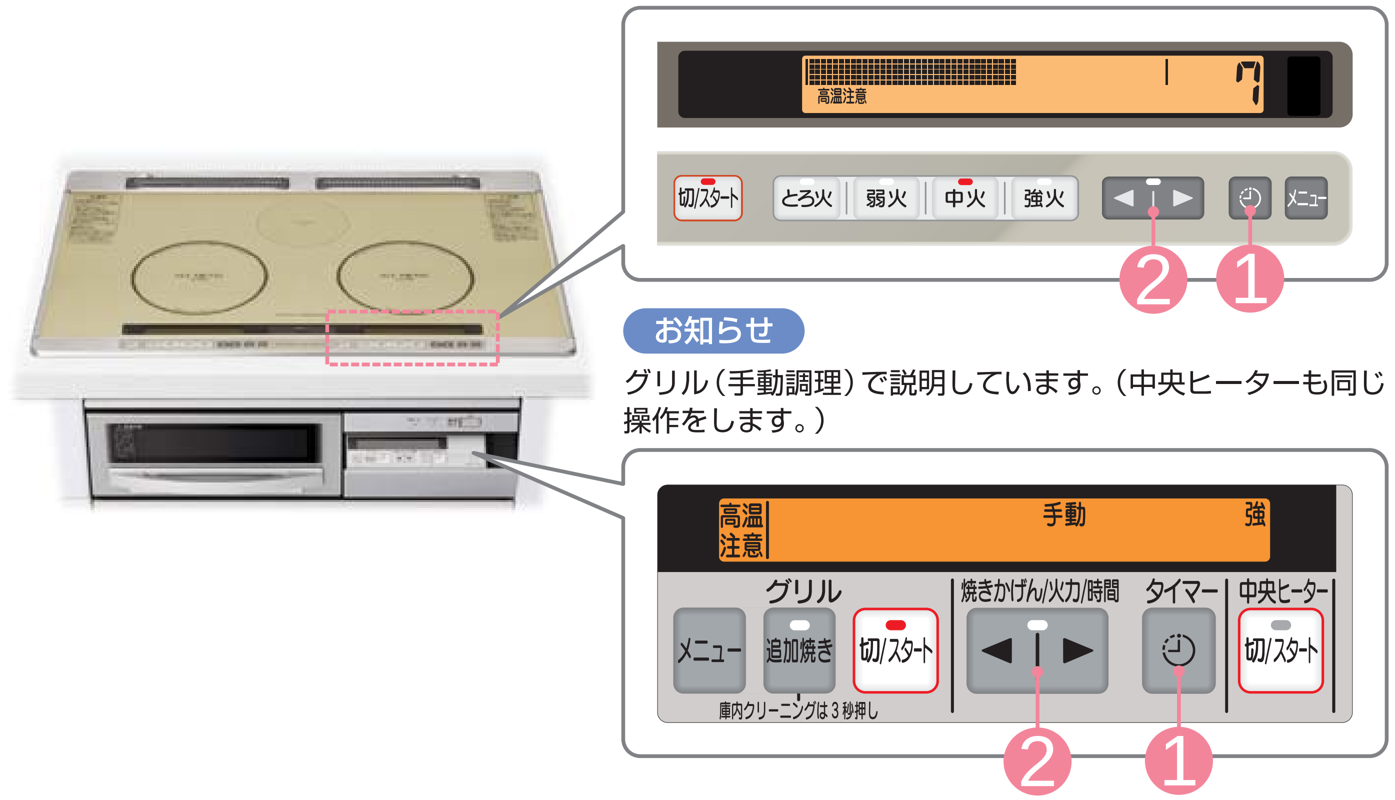
●庫内の温度が約80℃以下になるまで「**高温注意**」表示をします。



便利に使う

タイマーを使う

お知らせ 右IHヒーターで説明しています。



お知らせ グリル（手動調理）で説明しています。（中央ヒーターも同じ操作をします。）

お知らせ 切/スタート や 切/スタート を押したあとの通電中（調理中）にセットします。

左・右IHヒーター

1 ⏲ を押す。

2 ◀|▶ **を押し、時間を設定する**

●設定できる時間
火力「1」～「5」▶ 9時間55分
火力「6」～「12」▶ 1時間
保温 ▶ 1時間

グリル・中央ヒーター

1 ⏲ を押す。

2 ◀|▶ **を押し、時間を設定する**

●設定できる時間
グリル ▶ 29分
中央ヒーター ▶ 1時間

1分～1時間までは1分きざみ、1～5時間までは10分きざみ、5～9時間55分までは30分きざみで設定できます。

約3秒間待つ。メロディーが鳴り、タイマーがスタートします

メロディーが鳴ったらタイマー終了です。自動的に通電を停止します。

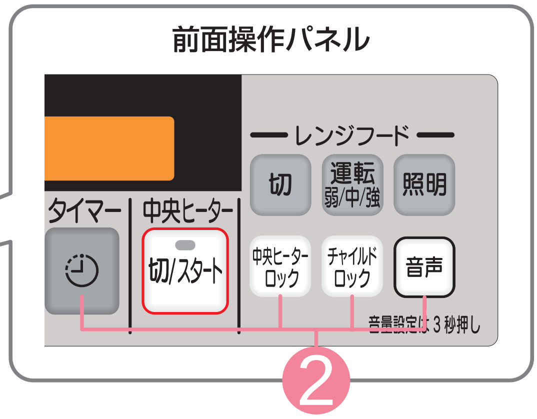
●途中で調理タイマーを中止するときは、もう一度 1 を押してください。
●設定した時間を変更したい場合は、タイマーを中止し、再度設定してください。

便利に使う（つづき）

操作をロックする

お知らせ
- 安全のために、操作できないようロックできます。
- 全てのヒーターが切れている状態で受け付けます。
- 電源を切っても記憶しています。





全ての操作をロックする

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

2 チャイルド ロック を3秒間押し、**ランプを点灯させる**（チャイルド 点灯）

中央ヒーターの操作をロックする

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

2 中央ヒーター ロック を3秒間押し、**ランプを点灯させる**（中央ヒーター 点灯）

全てのロックを解除する

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

2 チャイルド ロック を3秒間押し、**ランプを消灯させる**（チャイルド 消灯）

中央ヒーターのロックを解除する

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

2 中央ヒーター ロック を3秒間押し、**ランプを消灯させる**（中央ヒーター 消灯）

音声の音量設定・聞き直し

音量を設定する

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

2 音声 **を3秒間押す**

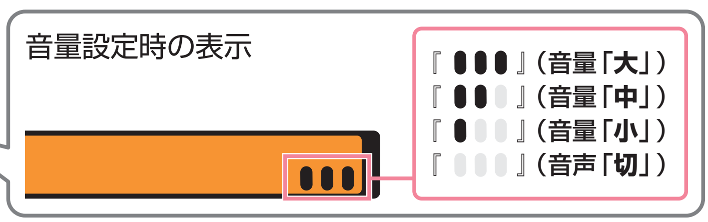
音声 を押し、**希望の音量を選ぶ**

希望の音量で3秒経過するとセット完了

音声を聞き直す

音声を聞き直したいときは

音声 **を押す** 直前の音声の内容が流れます。



レンジフード連動システムを使う（機能付きのみ）

お知らせ
- レンジフード連動システムは各ヒーター、またはグリルの通電・停止に連動して、レンジフード（連動システム対応機種のみ）が運転・停止するシステムです。
- レンジフードによっては動作が異なる場合があります。また、レンジフードの使いかたはレンジフードの取扱説明書をご覧ください。
- レンジフード連動システム対応のレンジフードについては、お買い上げの販売店または別紙の「ご相談窓口」の窓口にお問い合わせください。

操作と連動する内容

クッキングヒーターの操作	レンジフードの作動
各ヒーター、またはグリルの通電を開始したとき	風量「中」で運転します。
各ヒーター、またはグリルの通電を停止したとき	約3分後に自動停止します。

IH クッキングヒーターの前面操作パネルでレンジフードを操作する

運転を切り替えるときは
運転 弱/中/強 を押す

押すごとにレンジフードの風量が
「中」→「強」→「弱」→「中」と切り替わります。

レンジフードが停止中に 運転 弱/中/強 を押すと

「弱」で運転を開始し、押すごとに風量が
「弱」→「中」→「強」→「弱」と切り替わります。

照明を点灯（消灯）するときは
照明 を押す

運転を停止するときは
切 を押す

お願い

クッキングヒーターからの信号がさえぎられるとレンジフードが作動しない場合があります。

- 送信部が汚れている。
- 送信部が鍋やフライパンのとってなどでおおわれている。
- 他のリモコンを操作している。

メロディーをブザーに切り替える

1. 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**
2. 前面操作パネルの ⏲ を3秒間押し、「ピピッ」と鳴ったら **切り替え完了**

- もとにもどすときも、同じ操作をします。

便利に使う